

8月13日(土)は、補習校の運動会。

2学期の、いや一年の中でも大きな学校行事、運動会が近づいてきました。私にとって初めての補習校の運動会、とても楽しみにしています。先生方もいろいろと案を練ってくれていますし、保護者会でも打ち合わせが始まっています。そしてやっぱり主役は子供たちです。 カー杯走る。声をからして応援する。



担当の係りをしっかり務める。
楽しい演技に会場中から笑い声。
そんな充実した一日が過ごせるよう、練習時間は十分ありませんが、みんなでがんばりましょう。

【今月号の特集】

7月9日2学期始業式
七夕集会後に、子供たちが書いた短冊から、各クラス3～4枚拾いました。



ラジオ体操っていいな。

全校朝会の時間を使った練習も始まっています。7月16日は、開会式後の「ラジオ体操」の練習でした。「ラジオ体操」といえば、私が小学生の頃、夏休みに家の近くの公園に、朝の6時30分から、近所の子たちと集まって、子供会の世話役の方の指導で、ラジオに合わせてやったのを思い出します。



昨年の運動会から「ラジオ体操第一」

「ラジオ体操」は体全体をほぐし、さらに筋力をアップできるとも効果的な運動で、以前は体育の時間や運動会の準備体操の定番でしたから日本中の誰もがができる体操でした。しかし、最近はポップな音楽を流しながら、ストレッチや体ほぐしの運動を取り入れる学校も多くなってきたので、「ラジオ体操」は、子供だけでなく先生でさえもきちんとできる人が少なくなっています。このような状況にあって、補習校で日本の文化(?)ともいえる「ラジオ体操」に取り組むことは、とても意義のあることだと思います。

運動会当日は、お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃんも一緒に、楽しく体を動かしましょう。

さて、ダイエットのために運動をすると言えばジョギングやウォーキングが代表的ですが、その「ジョギング」や「ウォーキング」と「ラジオ体操」を比較した表がありましたので、紹介します。

(消費カロリーは50キログラムの体重の人が15分間行った場合だそうです。)

・ウォーキング(速度:70~80m/分)	・・・39.75 (Kcal)
・ウォーキング(速度:90~100m/分)	・・・57.00 (Kcal)
・自歩(普通の速さ)	・・・45.75 (Kcal)
・ジョギング(速度:120m/分)	・・・87.75 (Kcal)
・ジョギング(速度:160m/分)	・・・117.75 (Kcal)
・ストレッチ	・・・31.50 (Kcal)
・ラジオ体操	・・・57.00 (Kcal)
・サッカー	・・・99.75 (Kcal)
・テニス	・・・132.75 (Kcal)

イキ、ニッ
ザンシ!!

「ラジオ体操」恐るべしですね。体を大きくいっぱい使ってやってみましょう。



※ ちなみに安藤前運営委員長や砂川商工会会頭も、「ラジオ体操」愛好家だそうです。

和太鼓「翔」の演奏とワークショップ

6月25日、和太鼓「翔」に所属している本校の生徒たちによる演奏とワークショップがありました。日本の伝統的な芸能や楽器を伝承することの大切さから、現在の音楽の教科書には、いろいろな和楽器が紹介され、代表的な曲を鑑賞するようになっています。今回、ちゃっば、チャンチキ、拍子木、篠笛、締め太鼓、長胴太鼓などの説明をしていただきましたが、とてもいいお話でした。次に、太鼓の歴史とお祭りとの関係を聞き、そして「初午(はつうま)」という曲の演奏を聴きました。太鼓の音がお腹にずしんと響き、みんなシーンとして聞き入っていました。その後のワークショップでは沢山の子供たちが太鼓や和楽器を鳴らす体験をしました。「翔」のみなさん、いい勉強の機会をありがとうございました。これからも、和太鼓のよさをオーストラリア、いや世界中に伝えてください。



全校朝会スピーチより [\(GC日本人会のHP「Facebook」にも紹介されています。ぜひご覧ください。\)](#)

【 6月25日 中3 奈良花子さん 】

あっという間に1学期が終わりますね。皆さんは楽しかったですか。いろいろと新しいことを学んだと思います。私は、最後の学年の4分の1が終わってしまったと思うと、ちょっと寂しく感じます。

ところで、6月21日は何の日だったか知っていますか。6月21日は冬至でした。冬至は一年の中で夜が最も長く、昼間が最も短い日です。日本の冬至ではかぼちゃの煮物を食べ、ゆず湯に入ったりします。

オーストラリアでは冬至の風習はありませんが、秋の終わりに収穫したかぼちゃを使い、パンプキンスープなどを食べます。寒い日には、体の温まるかぼちゃの料理を北半球でも南半球でも同じように食べていますね。その季節にとれた農産物を食べるのが人間にとって一番自然で体に良いと思います。段々寒くなりますが、皆さんも季節の野菜や果物を食べ、風邪をひかないで冬休みを楽しんでください。

オーストラリアでは、日本のかぼちゃと同じ品種のかぼちゃを見かけます。料理すると少し柔らかい感じもしますが、かぼちゃの煮物はおいしいですね。その季節のとれたもの・・・いわゆる「旬」の野菜や果物は、体にいいです。ゴールドコーストでも美味しい野菜や果物が、たくさん手に入ります。



【 7月16日 中3 小松 乙月くん 】

今から47年前の今日、NASAからアポロ11号が宇宙飛行士3人を乗せて、月に向かって飛び立った日です。それから4日後に人類初の月面着陸に成功しました。アポロはまた人類初の有人飛行に成功したロケットです。未来には人が宇宙を行ったり来たりしているでしょうね。

アポロ11号の着陸地点は「静かの海」。月着陸船イーグル号から降りて人類で初めて月面を踏みしめたのが、アームストロング船長です。

「人間の小さな一歩だが、人類にとって大いなる飛躍だ。」

とアームストロング船長は無線機を通じて、テレビ中継で見守る世界中の人々に語りかけました。アポロの月面着陸の様子は全世界で中継されました。もちろん中学生だった私も、テレビの映像にくぎ付けでした。無重力の中をゆっくりと歩くアームストロング船長の姿は今でも覚えています。また、テレビ中継の時、英語を日本語に同時通訳する西山 千さんのこともよく覚えています。西山さんはアメリカで育ったバイリンガルです。皆さんの中からも日本語も英語も使いこなせ、世界で活躍する人が出てきてくれることを楽しみにしています。



七夕

短冊に書いた子どもたちの願い

- ・おはなやさんになりたいです。
- ・ケーキさんになりたいです。
- ・おまじさまをつくるひとになりたい。
- ・日本こいきたい。
- ・おばあちゃんにあいたい。
- ・ママが元気になりますように。
- ・もっと大きな声で話せるようになりたい。
- ・空を飛んで、世界を守る。
- ・わたしは星と月をさわりたいです。
- ・ドラえもののポケットがほしい。
- ・バイオリンがすごく上手になりたい。
- ・自転車にもっと上手に乗れるように。
- ・いつか空手で、黒帯になりますように。
- ・私は大きくなったら病院の人になりたい。
- ・運動会で1位になりたい。
- ・おじいちゃんの病気が治りますように。
- ・大人になったら、電車の運転手になりたい。
- ・マジックできるようにになりたい。
- ・私は大きくなったらオーストラリアで補習校の先生になりたい。
- ・誰よりもすごい漫画家になりたいです。
- ・競歩でオリンピックに行けますように。
- ・テニスをもっと上手にできるようにになりたい。
- ・学校の先生の病気が治りますように。
- ・ダンスをもっと上手になりたいです。
- ・サーフィンでテイクオフをもっと早くなりたい。
- ・アートショーを勝ち取れますように。
- ・トマトが育ちますように。
- ・アボガドが早く育ちますように。
- ・ぼくが理長りたいスポーツは、バドミントンです。
- ・スタイリストになれますように。
- ・マスターズ優勝する。
- ・僕が音楽の先生になる。
- ・オーストラリアの学校で日本語を教えている。
- ・ヨーロッパへ旅行したいです。
- ・サッカーをもっと頑張りたいです。



2016 7月9日 七夕集会



運動会がお天気で、
子ども達の願いも、
叶いますように！

きよむら

